

## 3. LUOKKA

### Empatia ja myötätunto

Tunnilla harjoitellaan käsittelemään epäonnistumisen tunnetta ja suhtautumaan epäonnistumisiin lempeästi ja kannustavasti.

**Välineet:** Taululle heijastettavat tilannekuvat sivulta 3.

**Aloitus:** PIKKU MYY MOKAA -leikki

Seisotaan piirissä. Oppilaille kerrotaan, että tässä leikissä Pikku Myy on pomo, ja muut esittävät asioita, joita hän pyytää. Ensin harjoitellaan liikkeet yhdessä huolellisesti.

- **Sammakko:** mennään kyykkyy, hypätään ilmaan ja tehdään sammakkomainen kurnautus
- **Hyytelö:** heilutetaan koko kehoa, käsivarsia ja päätä puolelta toiselle ja heilutetaan kieltä suu auki
- **Jääpuikko:** jännitetään koko keho tikkusuoraksi ja kalistellaan hampaista
- **Kummitus:** viedään suorat kädet edestä ylös pään päälle ja takaisin alas sormia heilutellen ja huhuillaan kuin kummitus
- **Piilo:** mennään kyykkyy ja laitetaan sormi suun eteen ja sihistään "shhhh"

Nyt leikki voi alkaa. Oppilaista yksi valitaan Pikku Myyksi, joka asettuu piirin keskelle. Pikku Myy osoittaa vuorollaan rinkiläisiä ja huutaa yhden asian nimen, esimerkiksi "kummitus!". Henkilön, jota Myy osoittaa, täytyy mahdollisimman nopeasti esittää asiaan liittyvä liike ja ääni yhden kerran ja palata sen jälkeen normaaliin seisoma-asentoon. Samaan aikaan Pikku Myy osoittaa jo seuraavaa henkilöä. Tehtävä on nopealla tempolla haastava, ja näin ollen tulee väistämättä paljon mokia – ja sehän on Pikku Myystä vain hauskaa! Aina kun ringissä oleva tekee "moka", hän siirtyy keskelle Pikku Myyksi, ja peli jatkuu. Pikku Myyn kannattaa antaa ensin ohjeita hitaasti ja kiihdyttää sitten tahtia.

Leikin lopuksi oppilaille luetaan seuraava teksti:

*Kaikki me mokaamme joskus. Se ei haittaa, sillä yrittää voi uudelleen! Joskus epäonnistuminen saattaa ärsyttää tai pelottaa. Joskus taas mokaaminen voi johtaa uusiin keksintöihin ja ideoihin. On tärkeää muistaa, että jos epäonnistut jossakin, se ei tarkoita, että sinä olet huono. Sinä olet hyvä ja riittävä juuri sellaisena kuin olet. Sitä paitsi välillä mokaaminen voi olla hurjan hauskaa!*

**Työskentely:** EPÄONNISTUMISIA

Tänään puhutaan epäonnistumisen aiheuttamista tunteista, myötätunnosta ja kannustamisesta.

Taululle heijastetaan tilannekuvat sivulta 3. Toisessa kuvassa Muumimamma kompastuu ja tiputtaa marjat lattialle, toisessa Muumipeikko lyö ohi naulasta ja satuttaa sormensa.

Keskustelun apuna voidaan käyttää seuraavia kysymyksiä:

- *Mitä kuvassa tapahtuu?*
- *Miltä Muumimammasta / Muumipeikosta tuntuu? Mitä hän ajattelee?*
- *Mitä luulet, mitä Muumimamman / Muumipeikon tekisi mieli tehdä tuossa tilanteessa?*
- *Mitä Muumimamman / Muumipeikon mielestäsi kannattaisi tehdä? Mikä helpottaisi hänen tilannettaan?*
- *Mitä näistä tilanteista Muumimamma / Muumipeikko voisi oppia?*
- *Millaisissa tilanteissa sinua on harmittanut?*

Keskustelun lopuksi opettaja voi kertoa lapsille, että usein oma epäonnistuminen hävettää ja toisen onnistuminen puolestaan saattaa herättää kateutta. Lapsia on hyvä muistuttaa siitä, että kaikenlaisten tunteiden kokeminen on hyvää ja oikein, kunhan ei oman harmituksen vuoksi ole ilkeä kaverille.

Keskustelua jatketaan miettimällä yhdessä, miten Muumimammaa ja Muumipeikkoa voisi kannustaa ja tsemjata. Lapsia voi pyytää kertomaan, mitä he itse toivoisivat itselleen sanottavan tai tehtävän vastaavassa tilanteessa. Tämän avulla havainnoidaan, miten eri ihmiset saattavat kaivata erilaista lohdutusta.

Lapsia muistutetaan siitä, että aina emme voi tietää, millaista lohdutusta kaveri kaipaa. Silloin voimme kysyä, voimmeko auttaa jotenkin. Joskus riittää, että kertoo olevansa kaverin tukena, jos hän sitä kaipaa. Välillä pelkkä kuuntelukin voi helpottaa toisen oloa.

Yhteinen keskustelu päätetään lukemalla tai omin sanoin kertomalla alla oleva teksti:

*On tärkeää suhtautua niin omiin kuin kaverinkin epäonnistumisiin kannustavasti ja myötätuntoisesti. Naljailu, naureskelu tai soimaaminen eivät auta vaan aiheuttavat vain pahaa mieltä. Silloin ei ainakaan uskalla enää yrittää uudelleen! Esimerkiksi kun Muumipappa rikkoo vahingossa astian, Muumimamma toteaa: ”Hyvä vain, että se meni rikki, se olikin aika ruma.” Ystävällisyys ja rauhoittelu auttavatkin yleensä parhaiten. Joskus halaaminen voi helpottaa harmitusta. Kokeile halata itseäsi seuraavan kerran, kun sinua harmittaa.*

## **Lopetus: KANNUSTUSKIERROS**

Lopuksi harjoitellaan kannustamista. Tilaa tarvitaan luokkaan niin, että ehdutaan seisomaan piirissä. Harjoitus voidaan myös mennä tekemään ulos tai liikuntasaliin. Jokainen juoksee, kävelee, loikkii tai hiipii vuorollaan piirin ympäri. Toiset taputtavat käsiään, hurraavat ja kannustavat. Heti kun yksi on palannut paikalleen, viereinen lähtee liikkeelle.

Lähde [Kaveritaitoja Muumien tapaan - Myötätunto ja itsemyötätunto](#).

